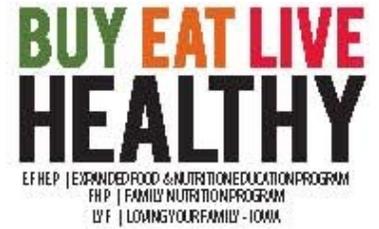


PADRES, POR FAVOR ÚNANSE A NOSOTROS

GRATIS



Clases de Cocina y Nutricion

PODEMOS AYUDARLE A:

- **Ahorrar dinero** - comprar y gastar menos en sus alimentos
- **Ahorrar tiempo** - en el supermercado y en la cocina
- **Ayudar a niños difíciles para comer** - a probar los alimentos nuevos
- Aprender a **hacer comidas fáciles y económicas**



Proveemos 8 lecciones de nutrición

-Cada clase tiene una duración de 1 ½ horas.

Lugar: Departamento de Salud del Condado de Polk

1907 Carpenter Av. Des Moines, IA

Dia: Miercoles 9:30—11:00 AM

Comenzando Julio 13 hasta Agosto 31 2016.

INSCRÍBASE AHORA!

Para preguntas y registrarse por favor llame a:

Raquel 515.957.5791

Ana 515.323.5227



Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP-Ed en inglés), Expanded Food and Nutrition Education Program y Iowa State University Extension and Outreach. B Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés), conocido en bwa como Asistencia Alimenticia, ofrece asistencia relacionada con la nutrición, para gente con recursos limitados. Estos beneficios le pueden ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor dieta. Para obtener más información, comuníquese con la oficina del Departamento de Servicios Humanos de su localidad o visite www.dhs.state.ia.us.

B Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) prohíbe la discriminación en todos sus programas y actividades por motivo de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, y cuando corresponda, sexo, estado civil, estado familiar, estado paternal, religión, orientación sexual, imbricación genética, ideologías políticas, represalias o porque una parte o el total de los ingresos de una persona provienen de cualquier programa de asistencia pública. (No todos los criterios prohibidos se aplican a todos los programas). Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos para obtener información del programa (sistema Braille, letra de tamaño grande, cinta de audio, etc.) deben comunicarse con el TARGET Center del USDA al 202-720-2600 (voz y TDD). Para presentar una denuncia por discriminación, escriba a USDA, Director, Office of Civil Rights, 1400 Independence Avenue SW, Washington, DC 20250-9410, o llame al 800-795-3272 (voz) o al 202-720-6362 (TDD). USDA es un proveedor y empleador de acceso igualitario.

IOWA STATE UNIVERSITY
Extension and Outreach